



Esta enfermedad se suele controlar con una buena dieta y unos hábitos sanos.

Diabetes gestacional

La diabetes gestacional es un trastorno del metabolismo de los hidratos de carbono que se diagnostica durante el embarazo y desaparece tras el parto.

¿Cómo se diagnostica? Entre las semanas 24ª y 28ª de gestación la mujer se somete al llamado test de O'Sullivan, que determina la glucosa en sangre después de haber tomado 50 gramos de glucosa.

Si los resultados de esta prueba así lo indican, se realiza a la embarazada otra prueba, llamada curva de glucemia: tras ingerir 100 g de glucosa se le hacen sucesivas extracciones de sangre para determinar la cantidad en la sangre a los 30 minutos, a la hora, a las dos horas y a las tres horas. Si la curva resultante es anómala, se considera que sufre una diabetes gestacional.

Tratamiento. La futura madre debe cuidar su alimentación (el obstetra le dará indi-

caciones claras y precisas sobre su dieta), procurar llevar una vida sana y realizar algún tipo de actividad física permitida en sus condiciones. Si con estas medidas no se consigue controlar el metabolismo de los hidratos de carbono, el médico le recomendará administrarse insulina.

¿Perjudica al futuro bebé? Se suele decir que las mujeres con diabetes gestacional tienen más posibilidades

de complicaciones durante el embarazo que las mujeres que no sufren este trastorno. También se piensa que suelen tener fetos con mucho peso y, por lo tanto, sus partos son más dificultosos. Pero en la actualidad se están contrastando estas ideas con la realidad e incluso se están revisando los métodos empleados para el diagnóstico de la diabetes gestacional.

Ante todo, no conviene angustiarse. Muchos obstetras pensamos que no todas las embarazadas consideradas diabéticas sufren alteraciones del metabolismo de los carbohidratos y que se las angustia y preocupa sin razón.

Expertos en medicina perinatal están investigando métodos más exactos para distinguir cuándo hay diabetes y cuándo no. Por lo tanto, no conviene agobiarse si nos dan este diagnóstico, aunque, por si acaso, hay que seguir las recomendaciones del médico.